

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
14	20 : 00 open	14:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★	18 : 00 open	14:00 ダイエットボクシング 田口 康彦★	14:00 初心者キックボクシング 田口 康彦★	※新型コロナウイルス 感染予防の為、原則 お一人様1時間の練習と させていただきます。 (1クラス45分間) ※また、人数制限10名までと させていただきますが、 予約は不要ですが、 万が一一定員に達した際は、 次のクラスまでお待ち頂く 場合がございます。	休館日 (徹底消毒日)	
15		15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★		15:00 ダイエットキックボクシング 田口 康彦★	15:00 初心者ヨガ 田口 康彦★			
16		16:00 フリートレーニング インストラクター不在		16:00 フリートレーニング インストラクター不在	16:00 フリートレーニング インストラクター不在			
17		初心者キック ボクシング 田口 康彦★		ダイエット ボクシング 田口 康彦★	初心者キック ボクシング 田口 康彦★			
18		キッズキック ボクシング 田口 康彦★		初心者キック ボクシング 田口 康彦★	自由練習	キッズキック ボクシング 田口 康彦★		初心者 ボクシング 石津 豊★
19		初心者キック ボクシング 田口 康彦★		自由練習	初心者 ボクシング 田口 康彦★	初心者 キックボクシング 護身術 田口 康彦★		自由練習
20	20:00 柔術テクニック 吉田 憲司★	フィジカル 田口 康彦	ダイエットキック 田口 康彦★	柔術テクニック 吉田 憲司★	20:00 アシュタンガヨガ初心者 田口 康彦★	中級キック マッスバーリング 田口 康彦★★	中級キック 石津 豊★★	
21	寝技スパーリング 吉田 憲司★★	中級キック マッスバーリング 田口 康彦★★	寝技スパーリング 吉田 憲司★★	田口 康彦★				
21:30 クラス終了								